



ИТАК, ВАС ПРИГЛАСИЛИ БЫТЬ СПИКЕРОМ

Нар-Анон - это программа «Двенадцать Шагов» для родственников и друзей наркоманов

НАША ЦЕЛЬ

Семейные группы Нар-Анона – это всемирное содружество тех людей, на чью жизнь повлияла наркомания близкого человека. Мы предлагаем помощь, делимся опытом, силой и надеждой, применяя программу «Двенадцать Шагов».

НАША ЗАДАЧА

Всем людям в мире, на кого повлияла наркомания близкого человека, мы несем послание надежды.

Мы делаем это так:

- даем этим людям понять, что они больше не одиноки;
- применяем программу «Двенадцать Шагов» Нар-Анона;
- поддерживаем духовный рост служением;
- распространяем информацию о программе в печати, лечебных и иных учреждениях, на веб-сайтах;
- изменяем собственное отношение к проблеме.

Итак, вас пригласили быть спикером

Быть приглашенным спикером на событии Нар-Анона – это честь. Несение послания о том, что Нар-Анон значит для вас, и как он изменил вашу жизнь – это возможность выполнять свой Двенадцатый Шаг и вернуть часть того, что мы получили от программы. Это возможность рассказать, как мы способствуем нашему личному росту и развитию содружества. Перед этим важным событием так много мыслей может проноситься в голове, что вы можете немного волноваться. Не забудьте попросить вашу Высшую Силу руководить вами в процессе выступления.

Несколько вопросов, которые нужно задать себе перед выступлением

- Готов ли я поделиться своей историей за пределами моей родной группы?
- Считает ли мой наставник, что я готов к такому служению?
- Сколько времени мне будет отведено на выступление: 15 минут, а потом в режиме «открытого микрофона» будут делиться опытом другие, или я буду главным спикером и буду выступать 45 минут или более?
- Близка ли мне предложенная тема?
- Что помогло мне в программе больше всего в моем выздоровлении?

Важно делиться инструментами программы и тем, как вы их использовали. Помните, что на встрече могут присутствовать новички, у которых никогда не было наставника, или они не работали по Шагам.

Предложения, как сфокусироваться на себе и своем выздоровлении

- Расскажите кратко свою историю и укажите причину, по которой вы пришли в Нар-Анон.
- Опишите, как вы решили работать по программе, и как к вам пришло духовное пробуждение.
- Расскажите, почему вы продолжаете посещать собрания семей группы Нар-Анона.
- Поделитесь опытом того, как работа по Шагам изменила вашу жизнь.
- Фокусируйтесь на своем собственном выздоровлении, а не на пути выздоровления наркомана.

Используйте только литературу, одобренную конференцией (ЛОК). *«Использование ЛОК гарантирует, что члены Нар-Анона слышат одно и то же послание, независимо от того, где они присутствуют на собрании. Это объединяет наших членов и позволяет в соответствии с нашими Традициями не присоединяться к сторонним организациям»*, Голубой буклет «Нар-Анон. Семейная группа», стр. 13 (перевод, издание и распространение с разрешения NFGH Inc.).

- Не приносите рекламные материалы или материалы, скачанные из интернета.
- Не упоминайте другие организации, лечебные учреждения или другие программы «Двенадцать Шагов».

Другие предложения

- Перед своим выступлением выделите несколько минут для медитации.
- Попросите свою Высшую Силу руководить вами.
- Не читайте все дословно по своим записям, но используйте их как опору для выступления.
- Говорите от души - ни у кого больше нет такой же истории, как у вас.
- Рассказывайте в хронологическом порядке, это помогает людям понимать вас.
- Вы делитесь своим опытом, силой и надеждой. Ответы на вопросы во время спикерского выступления не приветствуются, лучше сделать это после того, как выступление закончится.
- Воздержитесь в своем выступлении от советов и таких фраз, как «вы должны». То, что сработало для вас, может не подходить другим людям.
- Помните о применении Одинадцатой Традиции, в частности «... Мы особенно бережно охраняем анонимность всех членов АН».
- Старайтесь говорить в позитивном и привлекательном ключе.
- Постарайтесь не быть в напряжении – вы находитесь среди людей, которые вас понимают.

Спикерские выступления вне Нар-Анона

Вас могут попросить быть спикером в служении по информированию общественности для прессы или сторонней организации. Соблюдение своей личной

анонимности, так же, как и анонимности наркозависимого, становятся в этих ситуациях важнейшим вопросом.

- Напомните организаторам встречи, что представлять вас нужно только по имени.
- Если на собрании ведется видеозапись, попросите, чтобы ваше изображение было размыто или не использовалось.
- Учитывайте в своем выступлении особенности аудитории.
- Избегайте использования специфических терминов Нар-Анона или языка выздоровления, который другие могут не понять.
- Сообщите, что вы говорите от своего имени как член содружества, а не от лица всего Нар-Анона, и не выступаете как специалист по вопросам наркомании или психического здоровья.
- Когда вы рассказываете о том, как Нар-Анон улучшил вашу жизнь, помните, что при информировании общественности мы пользуемся принципом привлекательности наших идей, а не пропаганды.
- Принесите литературу по информированию общественности и расписание собраний семейных групп Нар-Анона, если это возможно, чтобы раздать тем, кто заинтересуется.

Примечание Всероссийского комитета обслуживания семейных групп Нар-Анона по литературе, одобренной конференцией (ВРКО СГН по ЛОК): Документ «Итак, вас пригласили быть спикером» находится в статусе рецензирования содружеством. Свои рецензии, замечания и предложения по улучшению документа вы можете отправить на английском языке по адресу bot@nar-anon.org (в теме письма укажите «So You Have Been Asked to Speak») или на русском языке в ВРКО СГН по ЛОК по адресу litcom@naranon.ru (в теме письма укажите «Итак, вас пригласили быть спикером»).